

我国超100万人罹患此病 高发人群是年轻女性…… 冲上热搜的红斑狼疮 究竟是种啥病

12月12日晚,周海媚工作室发布声明称,演员周海媚因病医治无效,于12月11日离世。

此前,有传闻称周海媚“长期受红斑狼疮之困”,也因此,“红斑狼疮”相关词条立即冲上热搜,引发广泛讨论。

那么,红斑狼疮到底是何疾病?为何偏爱女性?今天来详细说说。



什么是红斑狼疮?

系统性红斑狼疮是一种自身免疫性疾病,与自身免疫功能紊乱有关。也就是体内出现了大量本不该出现的自身抗体,这些自身抗体会攻击健康的组织器官,引起自身免疫反应,红斑狼疮最具特征性的症状为面颊部出现蝶形红斑,而“狼疮”的名字正是因为过去人们认为该病的面部红斑表现,像是被狼咬伤所致。除皮肤损害以外,导致全身多系统、多脏器受累。

目前全球有超过500万患者,每年新增1.6万新患者,仅我国就有超过100万人罹患狼疮。该病虽然暂时还没有办法治愈,但随着医疗技术的提高,早期的诊断和规范化治疗正不断提高患者的生存率,患者10年生存率能达到90%,15年的生存率为80%,且90%患者寿命与常人无异。绝大多数患者病情可控制,能正常工作、生活、生育等。

南方医科大学皮肤病医院红斑狼疮专病专家表示,有研究显示,10个红斑狼疮患者当中有9个是女性,女性相对男性而言较容易得这种疾病,18~40岁的育龄期女性相较于其他年纪的女性更容易患病。

该病可引起血细胞减少,其中血小板减少较常见,称为继发性血小板减少症。

其表现十分隐匿,以皮肤瘀斑、黏膜出血和乏力为主,血常规检查可以发现血小板显著减少,严重者可以出现内脏出血,甚至危及生命。

这类患者血小板减少的根本原因在于血小板抗体产生、血小板破坏过多,也可以是巨核细胞生成血小板功能减退。

以上免疫过度激活,导致自身免疫性疾病发生,如果出现皮疹、皮肤瘀斑、口腔黏膜出血、关节痛等表现,需要及时到风湿免疫科就诊。

这些症状要留意

1.皮肤症状

患者的皮肤黏膜呈现蝶形红斑、盘状皮损、光过敏、红斑或丘疹、外阴或鼻溃疡、脱发等。

2.关节症状

患者可出现关节肌肉疼痛、肌痛、肌无力、缺血性骨坏死等。

3.血液系统症状

在血液系统上,患者可出现白细胞减少、贫血、血小板减少、淋巴结大、脾肿大等。

4.神经系统症状

在神经系统方面,患者可出现头痛、周围神经病变、癫痫、抽搐、精神异常等19种表现。

5.心血管系统症状

心脏方面可出现心包炎、心肌炎、心内膜炎等。血管病变可见雷诺现象、网状青斑、动脉栓塞及反复流产等。

6.胸膜及肺的症状

如胸膜炎、肺间质纤维化、狼疮肺炎、肺动脉高压及成人呼吸窘迫综合征等。

7.泌尿系统症状

如蛋白尿、血尿、管型尿、肾病综合征及肾功能不全等。

8.消化系统症状

如腹痛、腹泻、恶心、呕吐、腹膜炎及胰腺炎等。

如何识别红斑狼疮?

广州中医药大学第一附属医院风湿病科主任林昌松介

绍,皮肤是系统性红斑狼疮患者最主要的受累器官,表现为红斑、光过敏、脱发、雷诺现象等,黏膜损害累及唇、颊、硬腭、牙龈、舌和鼻腔,若护理不当可加重病情、增加并发症的发生,同时影响美观。

当出现以下几个症状的时候,大家就需要警惕起来了,譬如面部出现典型“蝶形红斑”、异常的口腔溃疡、关节突然肿胀疼痛、头发局部脱落等症状。当这些情况联合出现的时候,大家就应该及时到医院就诊,做到及时诊断及时治疗。

红斑狼疮如何治疗?

红斑狼疮仍缺乏根治手段,治疗目标是改善症状、控制病情,保证长期生存、预防器官损伤,尽可能降低疾病的活动度和减少药物不良反应,提高患者生活质量并指导患者管理疾病。通常情况下,系统性红斑狼疮主要通过应用糖皮质激素联合免疫抑制剂进行治疗。

广东省中医院风湿免疫研究团队负责人黄闰月表示,西医针对此病的治疗,一般使用糖皮质激素、免疫抑制剂、生物制剂等进行,在维持患者病情稳定方面起主要的作用。中医学派不一,通过辨证论治,将此病分为四型进行治疗。此病程绵长,患者需要长期服药,中西医结合治疗是很好的方案。

红斑狼疮的常见误区

1.红斑狼疮一定有面部红斑?

不一定。红斑狼疮患者的免疫系统会无差别攻击全身器

官,因此红斑狼疮的症状多样化,只是皮肤尤其是面部皮肤更多人关注,因此脸部红斑最常亦往往最先被人注意到。

2.红斑狼疮具有遗传倾向,患者不能生孩子?

不一定。红斑狼疮本身并不影响患者的生育能力,只是为了避免母胎面临的风险,需要提前计划生育,因为妊娠期禁用许多红斑狼疮的治疗用药。

但如果红斑狼疮患者在疾病活动度较高(尤其是肾炎)或有严重相关损伤(如肺动脉高压、心血管疾病)时妊娠,并发症发生率和死亡率较高,且胎儿结局不良。

此外,红斑狼疮本身不是遗传性疾病,但有一定的遗传倾向,是红斑狼疮患者需要考虑的问题。也就是说,如果家里有人得过红斑狼疮,那么孩子可能更容易得。

3.红斑狼疮患者需要终身使用激素?

不一定。激素治疗是控制红斑狼疮的一种方法,但并非所有患者都需要终身使用。治疗方案应根据病情的严重程度和个体差异来定。

4.红斑狼疮好了就可以自行停药?

不是。红斑狼疮是一种慢性疾病,可能会有复发的风险。患者可以停药,但绝对不能自行停药。请信任医生,治疗和药物使用需要遵循医生的建议。

患者饮食应该注意什么?

如果出现蛋白尿,但无肾功能损害,应补充足够的蛋白质,而且应该以优质蛋白为主,如鸡蛋、牛奶、瘦肉、鱼类等;

对于有肾功损害的患者,则要限制蛋白质、盐的摄入,以免加重肾脏负担;

出现皮肤损害的患者禁食光敏性食物,如芹菜、香菜等,以免加重皮肤损害症状;

禁食辣椒、芥末等辛辣刺激食物;

鼓励患者进食高维生素饮食,如橙子、苹果、胡萝卜等。维生素B6、B12、叶酸、膳食纤维摄入量降低可引起动脉粥样硬化,进而加速系统性红斑狼疮的疾病进程,因此应该增加维生素B6、B12、叶酸、膳食纤维的摄入量。

总之,患者应以清淡、易消化、低盐、富含维生素食物为主。

患者日常生活应注意什么?

系统性红斑狼疮患者,千万不可自行调整药物的用量,尤其是糖皮质激素的剂量,即使是病情发生明显的变化。一定要到风湿免疫科门诊,由医生评估病情后,方可调整用药。另外,患者一定要遵从医生的要求,定期到门诊复查。

保持良好的心情,病情改善后可进行体育锻炼、参与适当的家务劳动,以自己不感到劳累为限。保持良好的生活、饮食习惯,做到起居有规律。外出活动时要采取遮阳措施。戒烟,预防感冒,以免加重病情。

我们在承认“狼”的凶险与狡猾的同时,也要认识到,只要积极治疗,规律随访,绝大多数狼疮患者的病情都可以得到有效的控制,享受正常生活。

据《信息时报》、上观新闻等

12岁女孩确诊肺癌! 这些人群最好定期做CT检查

近日,一则29岁姑娘确诊肺癌的新闻登上热搜,引起网友热议。记者采访了解到,肺癌位居全国恶性肿瘤发病率首位,近年来肺癌患者逐年增多,且不乏非常年轻的患者。

青岛一医院医师表示,自己接诊过的年轻患者不在少数,甚至曾经接诊过一位12岁的患者。“这个女孩是我职业生涯中接诊的最年轻的患者,当时是确诊不良肿瘤,保守观察

两年有进展,在14岁的时候进行了手术切除。”

为何这么年轻就得上癌症?医生介绍:“这个女生亲人有肺癌家族史,尽管发现的时候年龄比较小,但是我们也给予了足够的关注,所以有家族史、其他肿瘤病史的肺结节病人要更加关注。”

医生介绍,虽然肺癌年轻化具体原因没有定论,但可能和以下几点相关:

一是日常接触化学物品机会增加,尤其是女性,美甲、化妆,无不含有可能导致癌症的化学物质,这些物质接触多了可能削弱人体免疫功能,导致癌症;

二是饮食安全问题,腌制品,烧烤食物,过度煎炒的菜品等食物中可能存在一些诸如亚硝酸盐、苯并芘等,长期反复食用可能导致癌症;

三是环境污染及职业因素等也可能促进肺癌的发生,包

括大气污染,汽车尾气,室内装修以及工作中的污染物都有可能诱发癌症。

最后,医生提醒,随着低剂量螺旋CT在健康体检中的普及,肺部结节检查率非常高(绝大多数居民会有肺部结节),所以不要恐慌,建议到胸外科或肺内科门诊就诊,听从医生的意见是治疗还是随访,既不要漏诊、误诊,又不要过度治疗。若医

生从影像分析可能为早期小结节肺癌,早期小结节肺癌一般没有症状,患者不要有“我没有症状怎么能是肺癌”的理念。

此外,普通人要戒烟、避免吸入二手烟,维生素摄入充足均衡,注意职业防护。40岁以上人群每两年做一次低剂量CT,如果是长期吸烟、从事高危职业的人群,或者有直系亲属罹患肺癌,建议一年一次。

本报综合